

## Тренинг для родителей «Психологическая готовность к школе».

**Цель:** обогащение воспитательного опыта родителей и повышение эффекта семейной социализации дошкольников в преддверии школы с учетом специфики воспитательного вклада семьи, наращивание всеми участниками социального взаимодействия творческого потенциала и опыта диалога.

**Задачи:** познакомить родителей с содержанием психологической готовности; повысить компетентность родителей в использовании игр и игровых упражнений по развитию познавательных процессов ребёнка.

### Ход тренинга:

#### 1. Приветствие.

Родителям нужно назвать своё имя и продолжить фразу «Моё настроение похоже на...»

#### 2. Упражнение «Цветок».

*Что нужно цветку, чтобы он распустился? Здоровое семя, крепкие корни, плодородная почва, которую необходимо поливать и удобрять, свет, тепло. При таких условиях цветок вовремя распустится, будет радовать глаз и даст плоды. Иногда в почве может оказаться червячок, который погрызёт корни. Тогда болеет весь цветок.*

**Ведущий:** То же самое происходит и с ребёнком, когда он поступает в школу. Ошибочное мнение, что чем лучше интеллектуально подготовлен ребёнок, тем успешен он будет в школе. Часто упускается из виду развития самих психических процессов, необходимых для осуществления учебной деятельности: *память, внимание, логическое мышление, воображение, пространственная ориентация, воля, развития мелкой моторики руки, мотивация.* Изобразив эти процессы в виде корня цветка, можно предположить, что при сильных здоровых корнях (хорошо развитых психических процессах) и благоприятной почве (обучение) цветок всё равно распустится (ребёнок быстро научиться читать и писать, решать задачи). Но состояние цветка зависит ещё и от качества листьев, через которое тоже идёт питание (*уровень саморегуляции и уровень психического развития детей*). Червячок, который может оказаться в почве – это кризис семи лет, когда у ребёнка формируется самооценка, когда он уже умеет скрывать свои истинные чувства от взрослых. И не заметив этого червячка, мы можем столкнуться с дезадаптацией.

#### 3. Мини – лекция «Психологическая готовность к школе».

Часто под готовностью к обучению подразумевают только определённый уровень знаний, умений и навыков ребёнка, что само по себе тоже важно. Самое главное при переходе на новую ступень – психологическая готовность к учебной деятельности.

✚ Прежде всего – *это желание учиться – это мотивационная готовность*, которая включает в себя стремление идти в школу, его интерес к школе, желание познавать новое... Можно задать ребёнку вопросы:

- Хочешь ли ты идти в школу?

Что в школе самое интересное?

Если бы ты не ходил в детский сад, чем бы ты занимался.

Ответы на эти вопросы помогут понять характер представлений о школе. И если недостаточно у ребёнка представлений о школе, то их надо развивать.

Но и это ещё не всё. Существует огромная пропасть между «хочу в школу» и «надо» учиться. Без осознания этого «надо» ребёнок не сможет успешно учиться, даже если перед школой он умеет читать писать и считать.

✚ У ребёнка должен быть сформированы *волевые качества*, без которых он не сможет выполнить задания учителя, не отвлекаться на уроке. Волевая готовность считается сформированной, если ребёнок умеет ставить цель, принимать решения, намечать план действий, принимать усилия для его реализации, преодолевать препятствия. Обратите внимание, умеет ли ваш ребёнок сосредоточенно заниматься каким – либо делом? (рисовать, лепить, мастерить). Для развития у детей волевых качеств и совершенствование всех действий произвольной саморегуляции наиболее эффективно конструирование (например, ребёнок должен поставить цель: строить дом в соответствии с образцом, соблюдать порядок сборки, сверять свою постройку с эталоном).

✚ *Социально – психологическая готовность.* Этот компонент включает в себя формирование качеств, благодаря которым ребёнок может общаться с другими детьми и учителями. Ребёнок приходит в школу, где дети занимаются общим делом и ему необходимо обладать гибкими способами установления взаимоотношений с другими людьми. Необходимы умения: войти в детское общество, действовать совместно с другими, уступать, защищаться. Он должен себе ясно представлять, что придётся обходиться какое – то время без мамы и в этот период самостоятельно решать все возникающие проблемы. А если самому справиться не удастся, нужно попросить о помощи других детей или учительницу. Поэтому обратите внимание, как ваш ребёнок умеет общаться, легко ли вступает в контакт со взрослыми и детьми.

4. Важна также для успешного обучения в школе *умственная готовность.* Она предполагает:

- дифференцированное восприятие;
- аналитическое мышление: способность постижение основных признаков и связей между явлениями, способность воспроизвести образец;
- логическое запоминание;
- интерес к знаниям, к процессу их получения за счёт дополнительных усилий;
- овладения на слух разговорной речью и способность к пониманию и применению символов;
- развития тонких движений руки и зрительно – двигательных координаций.

*Сформированности представлений о пространстве и времени, о животном, растительном мире, об общественных явлениях.*

Побеседуйте с ребёнком, знает ли он, что такое «слева», «справа», «внизу», «вверху». Разбирается ли он в отличии «вчера», от «сегодня» и «завтра». Дайте ему предмет, имеющий сложное строение, понаблюдайте, умеет ли он выделять главные части, делать умозаключения.

Кроме этого, ребёнку, поступающему в школу, необходимо знать:

- своё фамилию, имя, отчество;
- свой возраст (желательно дату рождения);
- свой домашний адрес;
- город, где живёт, достопримечательности, страну;
- фамилию, имя, отчество родителей, их профессию.
- времена года, последовательность месяцев.

**Ведущий:** Стимулировать умственную деятельность позволяют упражнения, которые вы можете выполнять вместе с детьми.

### **Гимнастика мозга (выполнять совместно с родителями)**

«Уши». Цель энергетизация мозга. Расправить и растянуть внешний край каждого уха одноименно рукой в направлении вверх – наружу от внешней части к мочке уха (5 раз). Помассировать ушную раковину.

«Колечко» - поочередно перебираем пальцы рук, соединяя их в кольцо с большим пальцем.

«Кулак, ребро, ладонь» - сначала правой, затем левой, затем вместе 2 руками.

«Ухо – нос» - левой рукой взяться за кончик носа, правой за противоположное ухо, затем одновременно опустить руки, хлопнуть в ладоши и поменять положение.

«Симметричные рисунки» - рисовать в воздухе обеими руками зеркально симметричные рисунки (начинить лучше с одного предмета, круглого, яблока). Можно и на бумаге. При выполнении этого упражнения расслабляются глаза и руки. Когда деятельность обоих полушарий синхронизируется, заметно увеличивается эффективность работы всего мозга

«Лягушка» - Одна рука сжата в кулак, другая лежит на столе ладонькой. Одновременно менять положение рук.

«Лезгинка» - Ребенок складывает левую руку в кулак, большой палец отставляет в сторону, кулак разворачивает пальцами к себе. Правой рукой прикасается к мизинцу левой. После этого меняет положение рук.

5. *Умение учиться* – пятый компонент психологической готовности к школьному обучению. Он включает в себя умение слушать и слышать взрослого, подчиняться его указаниям, планировать, контролировать и оценивать свою деятельность, если в любой ситуации, ответит на вопросы: «Что ты будешь делать? Как ты будешь делать? Какие предметы тебе понадобятся? Как ты сделал хорошо или плохо?»

*Итак, мы видим, готовность к обучению не может оцениваться лишь по тому умеет ли ребенок читать и писать.* Подготавливая ребенка к школе необходимо его учить слушать,

наблюдать, запоминать, перерабатывать информацию. Кроме этого необходимо в ребенке развивать самостоятельность и ответственность. В детском саду огромное внимание уделяется подготовке детей к школе, но ваша помощь в развитии своего ребенка просто неоценима. Так как ребенок в любом возрасте нуждается еще и в общении с близким человеком, внимании, любви.

#### 4. Упражнение «Взрослые и дети».

Ведущий вызывает 3 – 6 участника, создаёт команды по 3 человека в каждой. Каждой команде даёт книгу. Каждая команда берётся одной рукой за угол книги. Ведущий кладёт мячи на книгу и просит участников донести мяч до стула (доски и т.п.), преодолевая препятствия (стулья, расставленные в хаотичном порядке).

*Вопросы к игрокам:* легко ли им было выполнить задание? Что мешало и почему? Был ли в команде человек, который взял ответственность за всех? Как группа описывает ощущения?

**Вывод:** была смоделирована ситуация, напоминающая процесс подготовки ребёнка к школе. Каждого «ребёнка» - им был мяч – вели к цели (подготавливали к школе) взрослые: родители, воспитатели, учителя. На пути ребёнка встречались препятствия (моральные и физические), которые он должен был преодолеть с помощью взрослого. Успех сопутствовал той группе, которая сумела наладить взаимодействия и выработать единую стратегию.

#### 5. Рекомендации в развитии:

##### ➤ *Фантазии*

###### «Удивительное – рядом».

Попробуйте найти вокруг себя что –нибудь необычное: дерево с кривым стволом, голубя с белыми пятнами, странное пятно на асфальте или облако в виде жирафа... Кто больше интересного заметит – вы или ребенок? Игра развивает наблюдательность и восприятие, стимулирует творческое мышление.

###### «Дорисуй».

Попробуйте, дорисовать готовые картинки.

**Ведущий:** Т.о. мы с вами выяснили, что **воображение** помогает не только преобразовывать воспринимаемые формы, развивать память, мышление, но и получать положительный эмоциональный заряд и раскрывать какие-либо творческие способности.

##### ➤ *Мышления*

###### «Найди отличие».

Поищите вместе с малышом разницу между двумя предметами. Сравните, например, две машины или двух собак. Кто обнаружит больше отличий? Задание посложнее – отыскать наоборот, сходство. Что общего у вороны и у кошки? Ответы: оба они хищники, у каждого два глаза, когти, хвост. Здорово, если удастся придумать что – то смешное. Например, они разговаривают, похоже: кошка – «мур!», а ворона – «карр!». Вы удивитесь, но такая незамысловатая игра развивает наблюдательность и мышление, расширяет представление об окружающем мире.

###### «Найди сходство».

Чем схожи, изображенные предметы, на первый взгляд кажущиеся такими разными.

###### «Придумай предложение»

Цель: Развитие мышления, способность к синтезу, свободы речи.

Ход игры: Ведущий называет слово и просит следующего игрока придумать предложение, в котором было бы это слово. Например, ведущий называет слово «луна» и передает камушек ребенку. Тот отвечает: «Взошла луна на небосклон», и называет свое слово «ночь», одновременно передавая камушек другому игроку. Следующий игрок продолжает, не обязательно следить за тем, чтобы предложения последовательно сочетались, но можно, в дальнейшем, ввести новое условие и составить всей семьей связный рассказ.

###### «Закончи слово»

Цель: Развитие слухового восприятия, мышления, памяти.

Ход игры: Ребенку предлагают игру, где взрослый будет начинать слово, произнося первый слог, а он – его заканчивать.

Начинается все со слов: «Отгадай, что я хочу сказать! «По.....» - так начинается игра. Всего предлагается 10 слов, с которых нужно начинать слово: по-, на -, за-, ми-, до-, че-, пры-, ку-, зо-.

- *Мелкой моторики*  
*«Вилами на воде».*

Мелкую моторику для письма развивают, рисуя мелом на асфальте, палочкой на песке и даже на воде, а также прямо в воздухе. В двух последних случаях может родиться интересная игра. Малыш нарисует в воздухе букву или один предмет, а вы отгадайте, что это. Потом поменяйтесь ролями. Так между делом, ребенок тренирует зрительное восприятие.

- *Внимание*

*«Съедобное – несъедобное», «Да – нет не говорить», «Запрещенное движение».*

6. Не маловажно развитие коммуникативной и социальной части у будущих школьников.

#### **Упражнение «Узелок».**

Каждый участник прячет одну руку за спину. Перед партнёрами находится шнурок (верёвочка).

Инструкция: «У каждого из вас сейчас может работать одна рука. Вам вдвоём нужно завязать узелок на верёвочке».

Ведущий в ходе выполнения упражнения наблюдает за стилем общения между родителями и детьми и реакциями родителей на ошибку ребёнка, а также реакция детей на порицания и замечания со стороны родителя.

Обсуждение:

- Удалось ли вам выполнить задание?
- Какие чувства вы испытывали? Почему?
- Что для вас было трудным? Лёгким?
- Какие выводы вы для себя сделали?

#### **7. Упражнение «Ребенок статуя».**

Что значит принимать ребенка безусловно? Это значит любить его просто потому, что он есть, ведь когда он родился, родители ничего от него не требовали и не ждали. Они просто хотели, чтобы он был здоровеньким и счастливый, улыбались ему, качали его, обращали на него внимания всякий раз, когда это было ему необходимо.

А сейчас он подросток, и отношения к нему меняются – это верно. Но бывает настолько, что трудно поверить, что он для родителей в радость.

Я предлагаю родителям разыграть сценку, которая называется «Статуя ребенка», с тем, чтобы насколько и в какой мере изменяются тон голоса и содержание слов, произносимых родителями.

Для этого нужен один желающий, который сыграет роль ребенка.

Когда вызвавший родитель выходит сыграть роль ребенка, ему предлагают выбрать среди присутствующих любого человека, в котором он увидит поддержку. Затем просят встать поддерживающего за спиной «моего ребенка», приложить руки к его спине и ни в коем случае не отпускать их во время всего действия.

«Ты - моя маленькая дочь. Мы с тобой спешим домой или в садик, нам надо успеть на автобус. А ты очень энергичный ребенок, очень любознательный, задающий кучу вопросов, даже в тот момент, когда мы вприпрыжку идем к автобусу. Я беру тебя за руку, и мы побежали.

- Мама, а что там такое, посмотри! – говоришь ты.

- Некогда, смотри под ноги, вечно спотыкаешься! Что ты крутишь головой? Смотри на дорогу! **Перестань глазеть!** – я тебе отвечаю.

И в этот момент, как только я произношу подобную фразу, ребенок может воспринять ее буквально – он закрывает глаза, как приказала мама (**Я достаю шарфик и завязываю дочери глаза.**) и мы дальше спешим домой. Забегаем в автобус, и я встречаю там свою подругу, начинаю с ней обсуждать прошедший день. Дочь внимательно слушает, а потом говорит:

- Мама, мама, ты слышала, как пропела птичка? А кто такой дядя Юра?

- Ты что вмешиваешься во взрослый разговор? И вообще, ты чего уши развесила, как не стыдно подслушивать! **Закрой быстро свои уши!**

(После этой фразы я завязываю девочке уши шарфиком.) Мы выходим из автобуса, распрощавшись с моей подругой, и бежим по дороге. При этом я постоянно поглядываю на часы, чтобы не опоздать.

- Ой какой сегодня день, будет здорово! Mam, меня Машка ждет, я ей пообещала принести ластик, тот, что...

- Отстань! Ты что разболталась, некогда сейчас, мы опаздываем. Да ты можешь в конце концов, помолчать! **Быстро рот закрой!**

(Я завязываю рот еще одним шарфиком.)

Хватаю ребенка за руку, и мы двигаемся дальше. Девочка уже молчит, но начинает поднимать на ходу какую – то веточку. Я бью ее по рукам и говорю, какая она не послушная:

- Что у тебя за руки, что ты все время их куда – то суешь, не можешь без этого! Выброси, я тебе сказала! **Убери руки!**

(Завязываю руки шарфиком.) Но тут дочь начинает скакать, задирает ноги. Я в ужасе кричу на нее:

- Ты где этому научилась? Это еще что такое? Перестать дрыгать ногами! **Стой смирно!**

(И в этот раз я завязываю ноги.) Я смотрю на часы, нервничаю, что мы не успеваем, и начинаю подгонять ребенка:

- Что ты тянешься, копуша, делай шаг шире, ты что ходить разучилась? Иди быстрее! Дай руку, не руки, а крюки – ни писать нормально, ни держать ничего не умеют! Гляди на дорогу, не спотыкайся, ты что как слепец идешь! Да не молчи ты, я с тобой разговариваю, глухомань!

Ребенок начинает хныкать. Я уже почти ору на нее:

- Что реवेशь?! Что ты плачешь, я тебя спрашиваю, ворона. Нечего реветь! Позоришь только меня! Я кому сказала – **перестань реветь**, ты слышишь меня!

(На этих словах я очень сильно перевязываю живот.) И продолжаю пилить свою дочь за то, что она ничего не умеет.

Я недовольна всем, что она делает, забыв о том, что сама же все ей завязала, да еще хочу, чтобы у нее все получалось, и причем обязательно хорошо. Затем я спрашиваю у дочери, что ей хочется развязать. Чаще всего это живот, так как он туго перевязан, и это самое «больное место». Ей все запретили, да еще и плакать нельзя, то есть наложили запрет на чувства. Ребенку это труднее всего перенести. Каждый имеет право чувствовать то, что он чувствует. Но родители часто способны отобрать это право.

Спрашиваю, что являлось поддерживающим моментом в сценке, что помогало вынести несправедливые слова матери? Оказывается, тот человек, который стоял сзади и все время поддерживал.

Потом я спрашиваю о мыслях и чувствах этого человека. Предлагаю поблагодарить его за оказанную помощь тому, кто ее получал на протяжении всей сценки. «Ведь очень часто в жизни это бывает посторонний человек. И хорошо, что он оказывается рядом в нужный момент. А каково тому ребенку, у которого даже такой поддержки нет?»

Я благодарю «поддержку» и прошу занять место в зале, а затем беру за руку того родителя, который исполнял роль ребенка и говорю: «Вот в такое состояние мы вгоняем своего родного мальчика или девочку и при этом преследуем благородные цели воспитания. Ребенку невыносимо слышать такие слова от родных мамы и папы, но ведь бывает и так, что такие слова он слышит не от родных, а от чужих людей: от прохожих, от друзей, от соседей. Что тогда делать? Как себя вести? Что предпринять?»

## 8. Упражнение «100 способов похвалы»

Одним из залогов успешного обучения в школе является похвала, пусть даже за незначительные достижения ребенка! Я предлагаю вам сейчас представить, как вы будете хвалить своего ребенка. Для этого упражнения давайте разделимся на две команды. Проиграет та команда, которая не сможет придумать похвалу по счету один, два, три. (родители делятся на две команды)

**Фраза. Слово.**

Молодец!

Правильно!

Хорошо!

Умница!

Замечательно!  
. Это лучшее из того, что у тебя получалось!  
Я знала, что ты сможешь сделать это!  
Я верю в тебя!  
Ты умный, находчивый, сообразительный!  
Сегодня у тебя получилось лучше, чем вчера!  
Я горжусь тобой!  
Супер!  
Ты на правильном пути!  
Браво!!!  
Ты превзошел сам себя!  
Ты очень многое можешь!  
Что бы мы без тебя делали!  
Я радуюсь твоим успехам!  
Каждый может ошибаться! Попробуй еще!  
Мои поздравления!  
Хорошая работа!  
Ты нас порадовал!  
Отлично!  
Это то, что надо!  
Это намного лучше!  
Удивительно!  
Ты быстро учишься!  
Так держать!  
Прекрасно!  
Это лучше всего!  
Здорово! Продолжай работать в том же направлении.  
Это первая ступенька на пути к успеху, но какая!  
Я не смогла бы сделать лучше!  
Еще немного времени, и у тебя получится!  
У тебя огромный потенциал!  
Ты постарался - и всё получилось!  
Ты сделал это лучше всех!  
Фантастика!  
Поздравляю!  
Ты взял ещё одну вершину!  
Ты победил!  
Ты смог преодолеть (робость, неуверенность...)!  
С каждым днем у тебя получается всё лучше!  
Невероятно!  
Ты очень способный!  
Восхитительно!  
Сенсация!  
Первоклассная работа!  
Твой мозг поработал на славу!  
Мне нравится ход твоих мыслей!  
Ура!!! Первая высота взята!  
Умничка! Я никогда в тебе не сомневалась!  
Твой успех сегодня - лучший подарок учителю!  
И ты говорил, что не сможешь? Оказывается, еще как получается!  
Гениально!  
Какое интересное решение!  
Вот это класс!  
Да ты просто ас в этом вопросе!